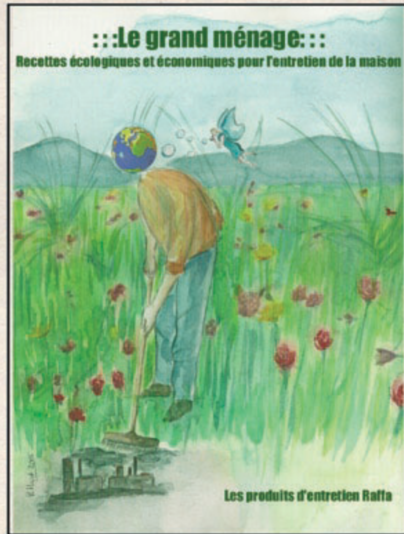
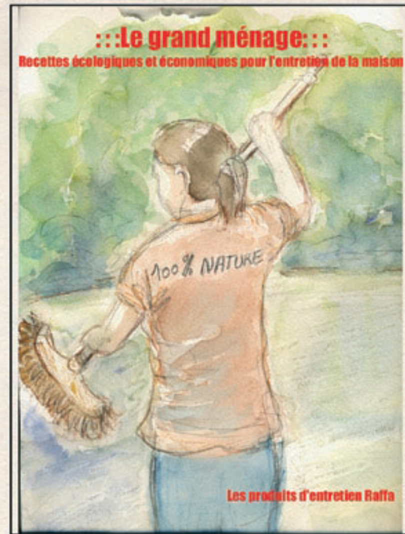
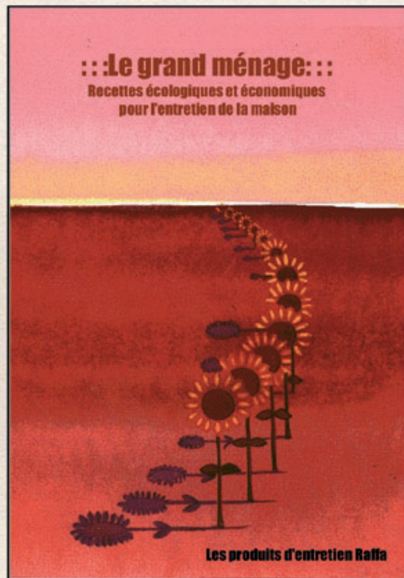
:::Le grand ménage:::

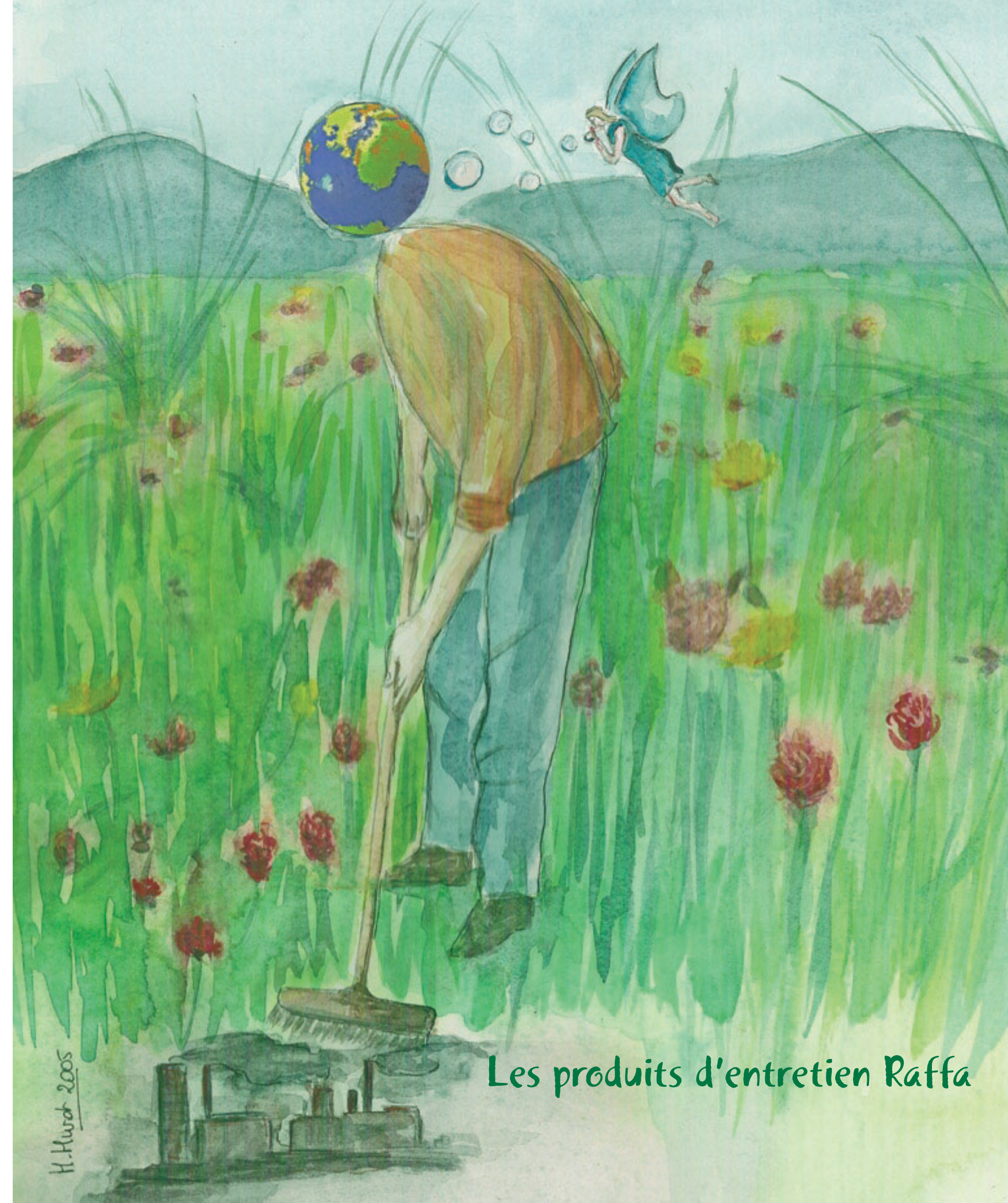








http://raffa.over-blog.com/

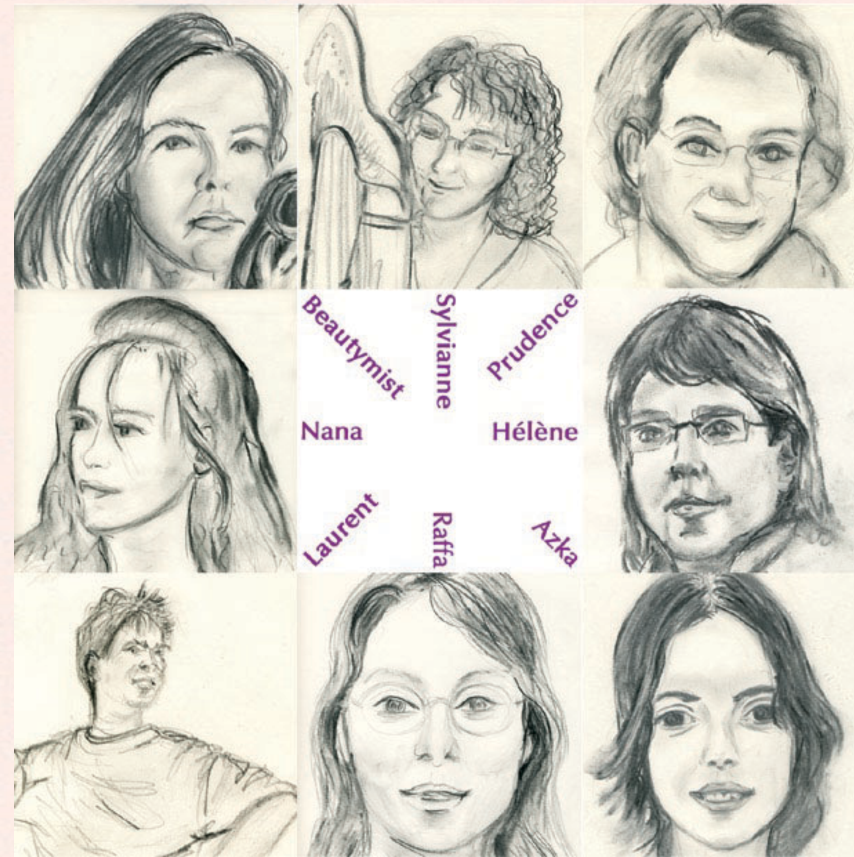


Les techniques et recettes de ce livret résultent de la compilation d'informations en provenance de plusieurs sources et surtout d'expériences personnelles. Le contenu de ce livret est offert « tel quel » à des fins éducatives et informatives, sans promesses, garanties ou conditions, explicites ou implicites. Les huiles essentielles en particulier sont des produits actifs puissants et donc potentiellement dangereux.

Raffa ::: Le Grand Ménage ::: n'assume aucune responsabilité, quelle qu'elle soit, quant aux dommages pouvant résulter de l'usage des informations contenues dans ce livret.

Raffa ::: Le Grand Ménage :::
http://raffa.over-blog.com
Janvier 2006

Crédits



Azka (maquette) - **www.transitionaturel.canalblog.com**
Beautymist (dessin) - **beautymist.free.fr**
Hélène (dessin, gestion du projet, corrections) - **www.hurot.com**
Laurent (infographie) - **www.loindevant.org**
Nana (infographie, corrections)
Prudence/Marta Vilardell (infographie, textes)
Sylvianne (dessin)
Raffa (textes, maquette, gestion du projet) - **raffa.over-blog.com**

Licence et conditions d'utilisation

Le texte est publié sous licence

Creative Commons :
Paternité - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification
2.0
Belgique

Vous êtes libres de reproduire, distribuer et communiquer cette création au public selon les conditions suivantes :

Paternité.

Vous devez citer le nom de l'auteur original. C'est à dire « Raffa, le grand ménage », et faire un lien vers http://raffa.over-blog.com

Pas d'Utilisation Commerciale.

Vous n'avez pas le droit d'utiliser cette création à des fins commerciales.

Pas de Modification.

Vous n'avez pas le droit de modifier, de transformer ou d'adapter cette création.

- A chaque réutilisation ou distribution, vous devez faire apparaître clairement aux autres les conditions contractuelles de mise à disposition de cette création.
- Chacune de ces conditions peut être levée si vous obtenez l'autorisation du titulaire des droits.

Ce qui précède n'affecte en rien vos droits en tant qu'utilisateur (exceptions au droit d'auteur : copies réservées à l'usage privé du copiste, courtes citations, parodie…)

Les dessins sont la propriété de leurs auteurs respectifs.

Le but de ce livret est de nous faire partager une expérience. Partager. Voilà un bien joli mot.

Au mois de juin 2005, Raffa, écologiste convaincue, eut une merveilleuse idée : créer son propre « blog », pour transmettre ce qu'elle avait appris et nous donner envie, à nous aussi, de nous occuper de notre planète au quotidien.

Nous nous sommes penchés sur l'état de nos placards encombrés de produits chimiques, pour la plupart dangereux : un pour le lavage des sols, un pour le lavage des vitres, un pour les plaques de cuisson, un pour les WC, un pour la salle de bain, un pour… Ce douloureux inventaire à la Prévert sonnait comme un appel au secours, une urgence de premier plan. Il n'était plus possible de continuer ainsi.

Raffa a égrené au fil des mois ses recettes écolo, avec une rigueur scientifique qui en a ravi plus d'un. Dans un élan de partage spontané, elle a livré ses secrets, que nous avons tous scrupuleusement essayé d'appliquer.

Il y a quelques semaines, son blog appelait les bonnes volontés de tout poil à l'aide, pour travailler sur un projet mystérieux. Plusieurs curieux, bénéficiant d'expériences complémentaires dans le dessin, la mise en page et l'écriture, se sont penchés sur le berceau de ce petit livre et ont travaillé de concert à l'élaboration du projet.

Car, une fois de plus, Raffa, par ses convictions et sa générosité, a su fédérer ces bonnes volontés, pour le bien de tous. Le but était simple : rassembler ses recettes sous forme de livret téléchargeable et imprimable, de manière à faire bénéficier de ses conseils avisés le plus grand nombre et faciliter la mise en pratique chez soi.

Vous (re)trouverez donc au fil des pages, classé par thèmes, tout ce dont vous avez besoin pour ce « Grand Ménage». Nous espérons que vous aurez autant de plaisir à le feuilleter, que nous à le concevoir.

Raffa, les remerciements par écrit ne transmettront jamais assez notre admiration et notre sympathie. Tu nous as ouvert la voie, à nous de nous montrer dignes de cet engagement.

Merci pour tout.

Prudence, au nom de tous les aides-scribouilleurs :
Azka, Beautymist, Hélène, JC, Loolnwimn, Nana, PJ, Sylvianne.

Table des matières

Les ingrédients 8

Les indispensables 8
- L'eau 8
- L'aération 8
- Le vinaigre d'alcool 8
- Le bicarbonate de soude 9
- Les cristaux de soude 10
- Les huiles essentielles 11
- Les savons 14
- Le percarbonate de soude 16
- Le sel 16
- L'huile d'olive 16

Les autres ingrédients utiles 17

Le matériel 18

Les indispensables 18

Le matériel pour la préparation des produits 19

Les autres utiles 20

Les produits à fabriquer 21

Le nettoyant/désinfectant multi-usage 21

Le liquide vaisselle 22

La crème à récurer ou la pierre récurante 22

Le nettoyant WC 24

Le produit d'entretien des meubles en bois 25

Le produit d'entretien hebdomadaire de la plomberie 25

Notes

Cuisine 26

Cuisinière, hotte et four 26
Évier et robinetterie 27
Désodoriser 28
Placards 28
Plan de travail 28
Plomberie 28
Poubelles 30
Réfrigérateurs/congélateurs 30
Vaisselle 31
Lave-vaisselle 33

Salle de bain 34

Baignoire, douche, lavabo 34
Brosses et peignes 35
Calcaire incrusté 36
Carrelage 36
Miroir 36
Plomberie 37
Poubelles 37
Parois de douche, rideaux 37

WC 38

L'entretien hebdomadaire 38
Le décrassage 38
Désodorisant/assainissant 39

Buanderie et lessive 40

Le détachage avant lavage 40
La lessive en machine 44
Le lavage à la main 46
Le séchage 46
Le repassage 46
L'empesage du linge 47

Sols 48

Lino, carrelage, plancher vitrifié… 48
Plancher huilé ou ciré 48
Sol stratifié 49

Meubles 50

L'entretien des meubles en bois 50
Le dépoussiérage 50

Vitres, miroirs et écrans 51

Vitres et miroirs 51
Écrans 51

Vitres, miroirs et écrans

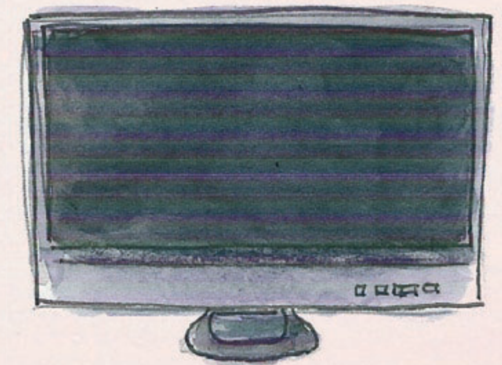
Vitres et miroirs

- Nettoyer à l'eau vinaigrée ou à peine savonneuse (cette étape peut être sautée, selon l'encrassement).
- Passer la raclette (idem).
- Passer soit une lavette microfibre (sèche si l'étape 1 a été suivie, humide sinon), soit un morceau de papier journal roulé en boule (cela fonctionne du tonnerre).

Écrans

A priori la lavette microfibre suffit, vous pouvez l'humidifier à peine selon l'encrassement.

Eviter l'alcool et les solvants !



Meubles

L'entretien des meubles en bois



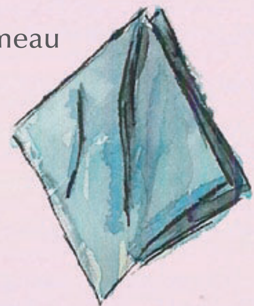
Pour entretenir les meubles en bois, épousseter d'abord avec une lingette microfibre sèche, ensuite éliminer les taches en passant une lingette microfibre sur laquelle on verse un peu de liquide vaisselle (sinon avec de l'eau à peine savonneuse ou du marc de café). Enfin, passer quelques gouttes de produit « entretien des meubles en bois » sur un chiffon doux 1 fois tous les 15 jours.

Pour les **taches d'eau** sur un meuble ciré, passer longuement un bouchon de liège sur la tache.

Les **traces de tasses ou de verres** s'éliminent avec un peu du produit « entretien des meubles en bois » et de cendre (de cigarette par exemple).

Le dépoussiérage

Utiliser une lingette microfibre ou un plumeau microfibre.



Pour augmenter l'adhérence à la poussière d'une lingette, microfibre ou non, la faire tremper dans de l'eau additionnée de glycérine et la faire sécher avant utilisation.

Avant-propos

Allergies, asthme, maladies respiratoires chroniques, stérilité, migraines, cancers, malformations congénitales, etc. sont en constante augmentation. Chez de nombreuses espèces animales (en particulier aquatiques) on observe des maladies inconnues jusqu'alors, sans parler de leur disparition plus ou moins rapide.

Depuis une trentaine d'années, les preuves épidémiologiques s'accumulent : ces maladies sont toutes, plus ou moins directement, déclenchées ou aggravées par le cocktail chimique sans précédent qui nous entoure. Les toxiques sont en effet présents partout : dans l'air que nous respirons et l'eau que nous buvons, dans notre alimentation, nos produits d'entretien, nos murs, nos meubles, nos appareils électriques, nos vêtements, nos cosmétiques, les jouets de nos enfants, les emballages de nos produits, nos médicaments, nos déchets etc.

Qui est responsable de cette pollution ? L'industrie bien sûr... mais en partie seulement. Il est indéniable que de nombreux produits chimiques ont considérablement contribué au bien-être des générations d'après-guerre. Manger ce que l'on veut en toute saison, ne plus avoir trop chaud ou trop froid, s'habiller à peu de frais, ne plus passer son temps à nettoyer ou à lutter contre les indésirables au jardin, se déplacer quand et où on veut, etc. Peu d'entre nous accepteraient un retour en arrière. Une certaine pollution était donc probablement inéluctable.

Mais nos sociétés ont-elles encore besoin de produire, et donc de polluer, autant ? En tant qu'électeurs et consommateurs, nous sommes collectivement responsables de la surpollution que nous subissons. Elle est en effet la conséquence directe de nos comportements et de notre surconsommation.

Par exemple, avons-nous réellement besoin de tous ces produits d'entretien et autres désodorisants, tous plus toxiques les uns que les autres (même fermés) et dont les effets à moyen et long termes, seuls ou en synergie, sont encore inconnus ? Avons-nous besoin de vivre dans un milieu javellisé qui ne provoque que baisse de l'immunité et résistance des bactéries pathogènes ? Des solutions alternatives existent pourtant. Il est grand temps que nous commencions tous ce Grand Ménage.

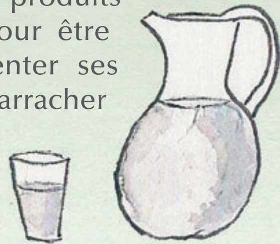
Raffa

Les ingrédients

Les indispensables

L'eau

Indispensable pour la préparation des produits et pour le nettoyage proprement dit. Pour être efficace dans ce cadre, on doit augmenter ses propriétés tensioactives (mouiller et arracher la graisse) en la chauffant et/ou en y ajoutant certains produits (cristaux de soude, savons…).



L'aération



L'aération quotidienne des pièces (au moins 10 minutes, même en hiver) est indispensable pour éliminer les très nombreux polluants intérieurs. L'air froid et la lumière (rayons UV) ont, par ailleurs, la capacité d'éliminer de nombreux indésirables (bactéries, acariens etc.).

Le vinaigre d'alcool - CH_3COOH



Autres noms : vinaigre blanc, vinaigre cristal.

pH : 3,5 à 5.

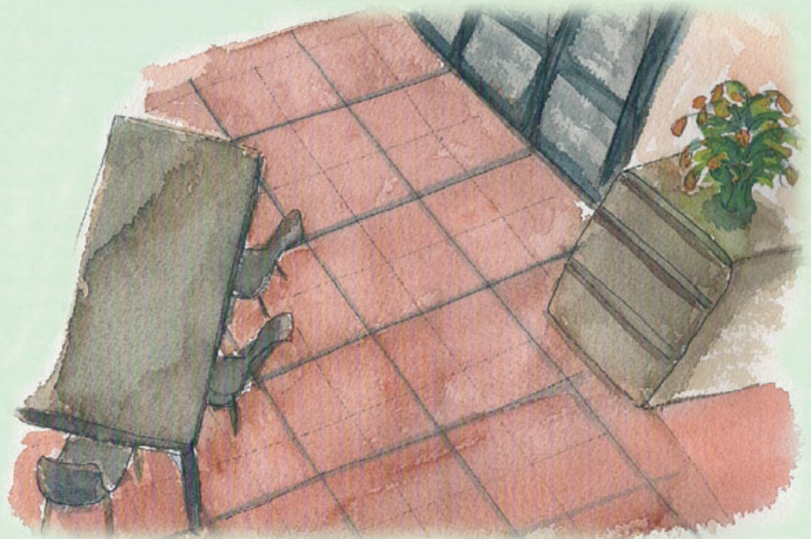
Apparence : liquide transparent comme de l'eau.

Fabrication : solution aqueuse d'au moins 6 % d'acide acétique préparé par fermentation de vinaigre, d'alcool et de betteraves.

Propriétés : conservateur, dégraissant, désodorisant, détartrant, antiseptique, désinfectant, anti-parasites, antifongique…

Sol stratifié

- Aspirateur ou serpillière microfibre sèche.
- Si nécessaire, serpillière microfibre à peine humide à l'eau claire.
- En dernier recours, savon noir.



Lino, carrelage, plancher vitrifié…

Verser 1 cuillère à soupe de savon noir et/ou 1 bouchon de désinfectant multi-usage dans un seau d'eau. Utiliser une serpillière microfibre.

Pour les taches persistantes : mettre sur les taches une pâte composée de 1/3 de bicarbonate de soude, de 2/3 de poudre de pierre ponce et d'eau. Laisser sécher, frotter, puis rincer à l'eau et au savon noir.

Plancher huilé ou ciré

- Passer l'aspirateur ou une serpillière microfibre sèche + huiler ou cirer 1 fois par an.
- Si nécessaire, solution de savon noir avec une serpillière microfibre à peine humide.
- Lait nettoyant pour plancher huilé ou ciré de marque écologique.

Coût : moins de € 1 le litre.

Consommation pour une maison : +/- 1 litre tous les mois.

Où le trouver : vinaigre premier prix en grande surface. On peut le remplacer par du « vinaigre de ménage » le moins trafiqué possible (composition idéale : eau + acide acétique).

Alternative : il peut souvent (cela dépend pour quels usages) être remplacé par du jus de citron.

Le bicarbonate de soude - $NaHCO_3$

Autres noms : bicarbonate de sodium, hydrogénocarbonate de sodium, carbonate acide de sodium, carbonate monosodique, sodium bicarbonate, soda, baking soda, natrum bicarbonatum, natrii hydrogenocarbonas, soda à pâte et petite vache au Canada.



Attention : ne pas le confondre avec son grand frère le carbonate de soude ou avec la soude caustique NaOH (très dangereuse).

pH : 8 à 8,5.

Apparence : poudre fine blanche (comme du sel en plus doux).

Fabrication : à partir de carbonate de soude, d'eau et de CO_2.

Propriétés : neutralise les acides et donc de nombreuses odeurs, abrasif doux, nettoyant, adoucisseur d'eau.

Coût : de € 1,5 à € 5 les 500 g.

Consommation pour une maison : à vue de nez 250 g/mois.

Où le trouver : rayon savons, rayon nettoyants, ou rayon sel dans les grandes surfaces, aussi en magasin de bricolage ou en droguerie.

Alternative : il peut souvent être remplacé par le borax (moins écologique) ou les cristaux de soude. Pour sa propriété abrasive,

il peut être remplacé par de l'argile, de la craie, de la poudre de pierre ponce…

Les cristaux de soude - Na_2CO_3

Autres noms : carbonate de soude, carbonate de sodium, cristaux de soude, soda ash, natron.

Attention : ne pas confondre les cristaux de soude avec leur petit frère le bicarbonate de soude ou avec la soude caustique NaOH (très dangereuse). Plus basiques que le bicarbonate de soude (et aussi plus efficaces pour certaines choses) ils peuvent être irritants pour certaines personnes : protéger les peaux sensibles. Ne pas avaler. Tenir hors de portée des enfants.



pH : 11,4.

Apparence : petits cristaux translucides, deviennent blancs à l'air.

Fabrication : ils sont soit extraits directement de gisements ou de lacs salés, soit synthétisés à partir de chlorure de sodium (sel) et de calcaire.

Propriétés : ils neutralisent les acides, hydrolysent les matières organiques, détartrent, dissolvent les matières grasses et détachent. Utiles pour le nettoyage de l'émail (baignoire, cuvette de WC, lavabo…), la lessive, pour adoucir l'eau, déboucher la plomberie (bouchon organique seulement), nettoyer les sols, nettoyer en général (contre la graisse)…

Coût : prix indicatif, moins de € 2 les 2 kg.

Consommation pour une maison : moins d'1 kg/mois.

Où les trouver : on les trouve relativement facilement aux rayons lessives ou produits d'entretien des supermarchés.

Alternative : ils peuvent souvent (cela dépend pour quels usages) être remplacés par le savon noir.

L'empesage du linge

Pour remplacer l'amidon du commerce : cuire 50 g de riz par litre d'eau, laisser refroidir, filtrer. Ne se conserve pas.



Le lavage à la main

Lessive à la saponaire, à la luzerne, aux marrons d'Inde, aux feuilles de lierre, aux coques de noix de lavage, à l'argile, au bois de Panama, au yucca schidigera, à la cendre… ou au savon de Marseille.

Le séchage

Si possible, préférer le séchage naturel (vent et/ou soleil).

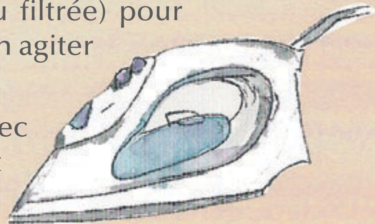
Au séchoir, pour que le linge sente bon : 15 gouttes d'HE (lavande ou lavandin) sur un mouchoir 10 minutes avant la fin.

Pour éviter l'électricité statique dans le séchoir, mettre un linge imbibé de vinaigre. Ou s'humecter les mains de vinaigre pour plier le linge.

Le repassage

Pour le repassage à la vapeur : 1 litre d'eau déminéralisée + 1 cc de vinaigre blanc et 15 à 20 gouttes d'HE lavande ou lavandin…

Mettre 10 à 15 gouttes de lavande ou lavandin dans un vaporisateur de 200 ml avec de l'eau (par exemple eau filtrée) pour faciliter le repassage de certains tissus. Bien agiter avant usage.



Pour nettoyer la semelle du fer, frotter avec un tissu en coton imbibé de vinaigre et tremper dans du sel fin.

Pour détartrer le fer, remplir de vinaigre et le laisser complètement s'évaporer.

Les huiles essentielles

Autres noms : HE, HECT.

Attention : les HE se dosent en gouttes, **ne pas dépasser le dosage recommandé**. Certaines HE sont dermocaustiques. Les HE par voie interne peuvent être très **toxiques**. Tenir hors de portée des enfants. Les enfants de moins de 7 ans et les chats sont particulièrement sensibles aux HE.

Apparence : liquide plus ou moins visqueux et plus ou moins coloré. Très odorant.

Fabrication : par distillation de plantes.

Propriétés : désinfectant, antiseptique, antimicrobien (microbicide, germicide, antiputride). A la fois antibactérien (antibiotique, bactéricide, bactériostatique) et antifongique (antimycosique, sporicide, fongistatique). Assainissant, répulsif insectes, odorant.



Coût : variable. Selon les HE, de € 4 à € 10 les 10 ml.

Consommation pour une maison : variable selon l'utilisation. En général chaque flacon peut durer 1 an ou plus.

Où les trouver : magasins spécialisés, épicerie bio, herboristerie… Attention à celles que l'on trouve en grandes surfaces.

Quelques HE utiles pour l'entretien de la maison sont données dans le tableau suivant. Toutes ne sont pas indispensables. S'il fallait en choisir deux, ce serait l'HE de citron et l'HE de tea tree.

Huiles essentielles	Propriétés pour le ménage
Citron (*Citrus limon*) Zeste. Limonène, terpinènes, aldéhydes etc.	Antiseptique +++, antibactérienne +++, antivirale. Bonne odeur de propre.
Pin sylvestre (*Pinus sylvestris*) Aiguilles. Alpha et bêta pinènes, limonène etc.	Antiseptique +++. Bonne odeur de propre.
Eucalyptus (*Eucalyptus radiata, Eucalyptus globulus*) Feuilles, rameaux. Alpha et bêta pinènes. Oxydes terpéniques (1,8 cinéole) etc.	Antiseptique, antibactérienne ++, antivirale +++. Bonne odeur de propre.
Sapin (*Abies balsamea*) Aiguilles. Alpha et bêta pinènes, camphène, 3-carène, limonène etc.	Antiseptique ++. Bonne odeur de propre.
Menthe poivrée (*Mentha piperita*) Sommités fleuries. Menthol, alpha et bêta pinènes, limonène etc.	Antiseptique, antibactérienne, antivirale, fongicide, vermicide. Bonne odeur de propre.



- 150 g de cristaux de soude (2 petites poignées) dans le tambour (inutile avec de l'eau douce).
- 10 à 12 balles dans le tambour.
- 2 à 3 CS dans le bac à lessive de bicarbonate de soude (lessive couleur) ou de percarbonate de soude (linge blanc). Pour le linge blanc et délicat on peut aussi utiliser 1 verre d'eau oxygénée à la dernière eau de rinçage.
- 1 à 2 bouchon(s) de vinaigre à la place de l'adoucissant.
- S'il faut vraiment déjaunir du linge blanc, mettre 4 à 8 gouttes d'encre bleue lavable (encre de stylo plume ou bleu de méthylène) dans le vinaigre.

Pour parfumer le linge, au dernier rinçage ajouter 20 à 30 gouttes d'HE (lavandin, lavande, citron…). Si vous utilisez un séchoir, mettre plutôt 15 gouttes d'HE sur un mouchoir dans le séchoir.

La lessive aux coques de noix de lavage

Procéder exactement comme ci-dessus en remplaçant le savon de Marseille par 4 à 8 demi-coques de noix (en fonction de la dureté de l'eau).

La lessive à la cendre (potasse)

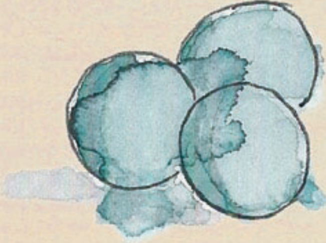
- Laisser tremper 2 verres de cendre dans un litre d'eau au minimum 24 h en remuant de temps en temps.
- Filtrer très fin : dans un entonnoir mettre un filtre à café et plusieurs torchons (essuies).
- Par lessive, utiliser 2 verres de ce mélange dans le bac à lessive ou dans le tambour.

Le *Larousse ménager* de 1926 conseille de mettre la cendre dans un petit sac en tissu directement dans la lessiveuse.

peinture, encre	• Faire tremper dans du lait tiède. Remplacer le lait jusqu'à ce que sa couleur ne change plus. Laver à l'eau savonneuse et rincer abondamment. • OU frotter avec de l'alcool. • Sur du coton blanc il n'y a pas grand chose à faire à part le teindre (ou l'eau de Javel). • Essayer aussi éventuellement de l'essence de térébenthine.

La lessive en machine

Balles de lavage



Les balles de lavage, balles de golf ou balles de tennis… permettent d'obtenir un lavage plus performant en brassant et battant le linge comme les lavandières d'autrefois. Le linge sera plus propre et plus doux. Elles permettent aussi de réduire la dose de lessive utilisée.

Utiliser 12 balles de lavage ou de golf, ou bien 5 à 6 balles de tennis par machine (5 kg), directement dans le tambour.

La lessive au savon de Marseille

Les dosages conseillés le sont pour une eau dure, réduire les quantités pour une eau douce, les augmenter pour une eau très dure.

- 3 grandes poignées de copeaux de savon de Marseille dans le tambour.

Lavande aspic (*Lavandula spica* **ou** *Latifolia cineolifera***)** Sommités fleuries. Oxydes terpéniques (1,8 cinéole), alcools (linalol), cétones (camphre) etc.	Antiseptique, bactéricide, antivirale, fongicide, antimite. Bonne odeur de propre.
Citronnelle (*Cymbopogon nardus***)** Herbes. Gerniol, citronnellol etc.	Antiseptique, antibactérienne, répulsive insectes.
Pamplemousse(*Citrus paradisii***)** Zeste. Limonène etc.	Antiseptique aérien.
Artillerie lourde	
Tea tree (*Melaleuca alternifolia***)** Feuilles. Paracymène terpinène 1 ol 4, terpinène.	Antibactérienne puissante à large spectre d'action +++, fongicide ++, parasiticide ++, antivirale ++.
Cannelle (*Cinnamomum cassia* **ou** *Cinnamomum verum***)** Ecorce. Aldéhyde cinnamique.	Antiseptique, antibactérienne très puissante à très large spectre d'action ++++, antivirale +++, fongicide +++, parasiticide ++++. Ne pas en mettre beaucoup, odeur très forte !

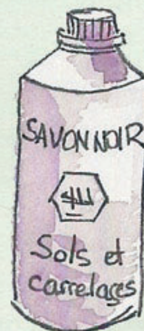
Thym (*Thymus vulgaris*) Sommités fleuries. Phénols (thymol, carvacrol…), monoterpènes etc.	Antibactérienne majeure à large spectre d'action +++, antivirale +++, parasiticide (thym à linalol).
Girofle (*Eugenia caryophyllus*) Bouton (clou). Eugenol.	Antibactérienne très puissante à large spectre d'action +++, fongicide +++, parasiticide +++, antivirale +++.

Les savons

Le savon est fabriqué à partir de soude (NaOH) ou de potasse (KOH) et de triglycérides (graisse animale ou huile végétale). Plus l'eau est dure (calcaire) plus son efficacité diminue. L'adjonction de cristaux de soude (ou de bicarbonate) permet de remédier à ce problème.

Le savon noir

Autres noms : savon mou, savon potassique.



Attention : très concentré. Peut irriter les peaux sensibles. Ne pas avaler. Tenir hors de portée des enfants.

Apparence : liquide très visqueux brun doré à brun noir, vert.

Fabrication : à partir de potasse et d'huiles végétales (lin, olive, noix, maïs…).

Propriétés : très dégraissant et détachant. Il permet de dégraisser les hottes et les fours, de nettoyer les vitres, d'enlever les taches de goudron ou de décaper la peinture à l'huile. Il peut aussi être utilisé comme détachant avant lavage (attention aux textiles fragiles).

herbe	• Tamponner avec du vinaigre.
roussi	• Frotter avec un sucre en morceau. • OU avec de l'eau oxygénée.
humidité et moisissure	• Tamponner la tache avec un tissu propre trempé dans du jus de citron salé. Frotter avec du savon de Marseille. Laver à 90 °C (indispensable pour tuer les spores) ou faire bouillir dans une casserole d'eau.
cirage, cambouis, goudron, mazout	• Appliquer dès que possible de la matière grasse (beurre, huile, vaseline, lait). • Enlever avec un couteau le cambouis qui n'a pas pénétré le tissu. Ramollir le reste en appliquant du beurre OU tremper plusieurs fois dans du lait bouillant en pétrissant le tissu. Frotter ensuite la tache avec de l'essence de térébenthine, étendre et verser de la poudre de Sommières (ou du blanc d'Espagne ou de l'argile). Laisser en place plusieurs heures et recommencer si nécessaire. • OU bain de 12 h dans de l'eau chaude + savon noir (25 g) + cristaux de soude (15 g) + essence de térébenthine (5 g). Brosser.
nicotine	• Frotter à l'eau froide puis imprégner de glycérine + eau tiède. • OU frotter à l'alcool.
rouille	• Presser un jus de citron dessus et saupoudrer de sel, laisser sécher et laver en machine.

vin rouge	• Passer immédiatement du vin blanc (puis saupoudrer de sel) ou de l'eau gazeuse sur la tache. • OU faire tremper dans de l'eau tiède, savonner, ne pas rincer, et étendre au soleil. Laver ensuite en machine.
sang	• Surtout, jamais d'eau chaude !!! • Sur une tache fraîche, tremper et frotter dans un bain d'eau fraîche fortement salée. • Sur une tache sèche, tremper 1/2 heure dans un bain d'eau froide additionnée de cristaux de soude et de percarbonate de soude (ou d'eau oxygénée). • Sur une tache « cuite » (ancienne) essayer de l'eau vinaigrée. • Sur un tissu fragile, faire tremper dans un peu d'eau avec un cachet d'aspirine.
chocolat	• Éponger la tache à l'eau tiède savonneuse, décolorer délicatement à l'eau oxygénée. • Sur du cacao pur, oublier l'eau savonneuse.
thé	• Frotter la tache avec du jus de citron (attention aux tissus fragiles, dans ce cas remplacer par du vinaigre). • OU de l'eau oxygénée. • OU une solution de percarbonate.
café	• Rincer à l'eau froide, frotter à l'eau tiède savonneuse, rincer. • OU utiliser de l'eau oxygénée.

C'est également un antiseptique et un insecticide très efficace. Il nettoie en profondeur, fait briller, nourrit et protège les surfaces, en particulier les ardoises, le marbre, tous les carrelages ou les linos.

Coût : dépend de la qualité (cette dernière influence sa biodégradabilité). +/- € 5 le litre.

Consommation pour une maison : moins de 500 ml par an.

Où le trouver : droguerie, épicerie bio, certaines grandes surfaces.

Alternative : il peut souvent (cela dépend pour quels usages) être remplacé par les cristaux de soude.

Le savon de Marseille



Fabrication : fabriqué à partir de soude (NaOH) et d'huiles végétales (olive, arachide, coco, coprah, palme, palmiste) ou de graisse animale (savon industriel). Les savons de Marseille industriels contiennent aussi de nombreux additifs, ce qui diminue leur biodégradabilité.

Apparence : en bloc ou en copeaux, blanc à vert.

Propriétés : moins efficace que le savon noir pour le nettoyage de la maison. Idéal pour le linge. Antiseptique.

Alternative : Il peut souvent être remplacé par des plantes à saponines (coques de noix de lavage en particulier).

Le savon neutre liquide

Il se trouve en épicerie bio et droguerie. Il est multi-usage. On peut aussi utiliser du liquide vaisselle écologique.

Les savons détachants

Les savons détachants sont des savons auxquels on a ajouté un corps émulsionnant les graisses (carbonate de soude, fiel de boeuf, saponines), des dissolvants (essence de térébenthine) ou des poudres absorbantes (argile, blanc d'Espagne et autres craies). Le plus facile à trouver est le savon au fiel (épicerie bio). Les autres peuvent être fabriqués facilement à partir de copeaux de savon ou de savon neutre liquide par exemple. Ils durent très longtemps.

Le percarbonate de soude – $2Na_2CO_3.3H_2O_2$

Autre nom : percarbonate de sodium.

Attention : instable à la chaleur (à partir de 50 °C) et à l'humidité, ce qui peut favoriser le départ et l'entretien d'incendie.

Apparence : poudre granuleuse blanche.

Fabrication : à partir de carbonate de soude et d'eau oxygénée.

Propriétés : détachant, blanchissant.

Coût : variable, environ € 5 les 500 g.

Consommation pour une maison : moins de 100 g par mois.

Où le trouver : droguerie, magasin bio, certaines grandes surfaces.

Le sel

Détache, décape, désodorise, absorbe, antigel, fixateur de couleur.



L'huile d'olive

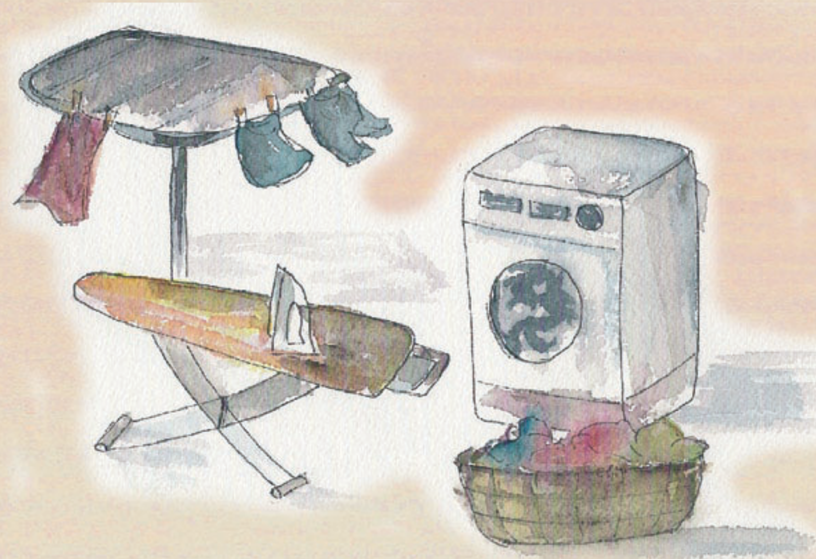
Nourrit et fait briller les meubles en bois. Détache.

au fer à repasser. Il est donc indispensable de détacher avant lavage.

Voici quelques techniques pour des taches difficiles.

Tache	Traitement
graisse et huile	• Saupoudrer de blanc d'Espagne, d'argile ou de terre de Sommières.
transpiration	• Frotter avec de l'eau vinaigrée jusqu'à disparition. • OU de l'alcool dénaturé à 70°.
rouge à lèvres	• Alcool dénaturé à 70°. • OU mélange d'eau oxygénée (ou percarbonate) + cristaux de soude.
fruits en général	• Traiter immédiatement à l'eau bouillante (passer l'eau au travers du tissu). • Sur une tache sèche, essayer le jus de citron ou l'eau vinaigrée, l'eau oxygénée, le percarbonate.
fruits rouges	• Faire tremper dans de l'eau tiède, savonner, ne pas rincer, et étendre au soleil. Laver ensuite en machine.
oeuf	• Jamais d'eau chaude. • Frotter avec de l'eau oxygénée ou une solution de percarbonate.

Buanderie et lessive



Le détachage avant lavage

L'une des difficultés de la lessive écologique, quelle qu'elle soit, est le détachage avant lavage. Ceci est vrai aussi, pour certaines taches, avec les lessives industrielles classiques. Cela ne pose pas trop de problèmes aux personnes qui travaillent dans un bureau, ne cuisinent pas de manière traditionnelle (pas de plats en sauce, jus de viande etc.) et n'ont pas d'enfants ou de chiens.

Le savon au fiel ou le savon noir suffisent en général pour les taches de ces personnes. Au pire, tremper le linge dans une solution de cristaux de soude ou de percarbonate de soude.

Les taches difficiles

Pour les autres, l'idéal est de traiter la tache de manière appropriée dès qu'elle vient d'être faite. Si vous n'avez ni le temps ni l'envie, faites un noeud dans le vêtement pour vous le rappeler lorsque vous mettrez votre linge en machine. De très nombreuses taches ne disparaîtront plus si elles ont été « cuites » en machine et/ou

Les autres ingrédients utiles

Le jus de citron



Décolore, ravive la pierre et l'émail, désodorise, détartre, abrasif.

Le marc de café

Dégraisse, désodorise, nettoie, ravive les couleurs foncées et le cuir.

Les argiles et la terre de Sommières

Absorbent, abrasives.

Le blanc d'Espagne (blanc de Meudon)

Absorbe, fait briller, abrasif.

La poudre de pierre ponce

Abrasive.

Les cendres

Dégraissent, absorbent, nettoient, abrasives.



L'eau oxygénée

Décolore, désodorise, désinfecte.

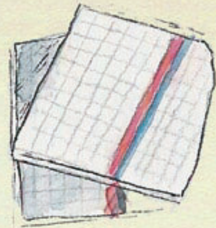
Le matériel

Les indispensables

Lavettes et serpillières en microfibre

Les microfibres sèches attirent la poussière, humides elles dégraissent. Elles sont absorbantes. Elles permettent de réduire la quantité de détergent. Elles sont lavables en machine.

Éponges végétales



Elles sont lavables en machine.

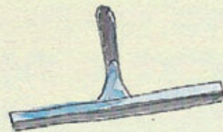
Torchons (« essuies » en Belgique)

En lin ou en coton. Ils sont lavables en machine.

Seaux

Un petit et un grand.

Raclette



Balais

Balai en soie et balai-brosse, éventuellement un balai Swiffer (sans les lingettes).

Pelle à poussière (« ramassette » en Belgique).





Désodorisant/assainissant

A chaque passage, pulvériser le produit WC dans la pièce. Après les grosses commissions, craquer une allumette.

On peut aussi :

- placer de l'argile concassée dans une coupelle et y verser régulièrement quelques gouttes d'un mélange d'HE ;
- faire un galet à l'aide d'argile blanche et d'eau, séché au soleil (cela se vend aussi tout fait, en argile ou en terre cuite, sous le nom de « diffuseur de poche ») ;
- utiliser un « rond d'ampoule » en terre cuite sur lequel on verse quelques gouttes du mélange et que l'on place autour de l'ampoule ;
- placer dans la pièce un diffuseur en céramique (on verse les HE à l'intérieur ; se ferme avec un bouchon de liège).

Exemple de mélange : pamplemousse 30 % - citron 20 % - lavandin 20 % - pin douglas 20 % - eucalyptus radiata 10 %.

WC

L’entretien hebdomadaire

Utiliser soit du désinfectant ménager multi-usage pur, soit le nettoyant WC pour nettoyer l’extérieur de la cuvette. Pour l’intérieur, vaporiser le nettoyant WC sur les parois, laisser agir 15 à 20 minutes et brosser.

Le décrassage

Tous les 15 jours verser une poignée de cristaux de soude dilués dans un peu d’eau chaude. Laisser agir au moins 15 minutes. Brosser et tirer la chasse.

Taches jaunes récentes dans le fond

Normalement, brosser suffit. Sinon, verser 1 CS de bicarbonate de soude (ou de percarbonate de soude) au fond, brosser, tirer la chasse.

Taches jaunes à noires incrustées dans le fond

Verser 2 à 3 CS de bicarbonate de soude, idem de sel fin, 1 verre de vinaigre, de l’eau bouillante, brosser, laisser agir, brosser…

Si les taches sont vraiment tenaces, faire d’abord tremper du vinaigre bouillant toute la nuit. Brosser.

Gratter éventuellement avec une spatule en bois ou en plastique (pas de métal).

Il peut être nécessaire de recommencer l’opération plusieurs jours de suite selon l’état du WC. Sinon, essayer aussi un mélange d’eau savonneuse et de poudre de pierre ponce.

Vieille brosse à dents et brosse à ongles



Éventuellement aspirateur

(indispensable si moquette) avec sac réutilisable.

Balles de golf

Ou des balles de tennis ou des balles de lavage.

Pour la préparation des produits



Bidons de lessive liquide vides et propres

(ou autre contenant opaque de minimum 2 l)

Flacons de liquide vaisselle vides et propres



(ou autre contenant de minimum 500 ml avec bouchon verseur)

Vaporisateurs de récupération



(dont un de 50 ml au plus pour le produit d’entretien des meubles)

Bocaux

de 500 g ou 1 kg.



Petit pot opaque

Bocaux avec bouchon saupoudreur

pour le bicarbonate.



Entonnoirs

Les Autres utiles

Étiquettes

Peau de chamois

(synthétique si possible, ou naturelle mais dans ce cas prenez-en grand soin afin de la conserver longtemps)

Vieux papier journal

(pour vitres et miroirs)

Plumeau en microfibre

Gants de ménage

Parois de douche, rideaux

Pour les vitres de douche bien entartrées et pleines de savon : frotter à l'éponge imbibée de vinaigre chaud pur.

Pour les rideaux de douche dans le même état, normalement les laver en machine suffit. Sinon faire tremper au moins 1 heure dans de l'eau chaude vinaigrée.



- Laisser poser de quelques minutes à quelques heures puis passer l'éponge et rincer.
- Sinon, essayer aussi un mélange d'eau savonneuse et de poudre de pierre ponce.

Carrelage

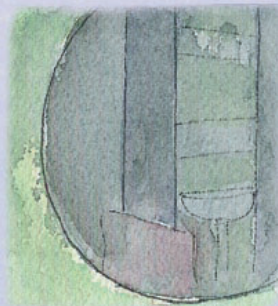
Faire les joints avec une brosse à ongles et le produit ci-dessus (voir *Baignoire, douche, lavabo*) puis rincer.

S'il y a des moisissures : idem + rincer + nettoyer ensuite avec le désinfectant ménager multi-usage pur et la brosse à ongles. Il peut être utile, selon les HE que vous aurez utilisées pour le désinfectant, de rajouter quelques gouttes d'HE antifongique (tea tree par exemple).

Miroir

- Nettoyer à l'eau vinaigrée.
- Sécher soit avec une lavette microfibre, soit avec un morceau de papier journal roulé en boule.

Astuce : en cas de miroir embué après la douche, essuyer le systématiquement avec une lingette microfibre (5 secondes par jour et plus besoin d'entretien régulier).



Plomberie

Voir *Cuisine*.

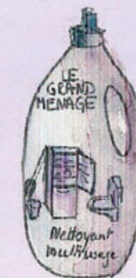
Poubelles

Voir *Cuisine*.

Les produits à fabriquer à l'avance

Les autres recettes se préparent au moment de l'utilisation.

Le nettoyant/désinfectant multi-usage



Matériel : bidon opaque de 2 litres, entonnoir, cuillère à soupe (CS), verre.

Ingrédients : bicarbonate (ou borax), vinaigre blanc, HE, eau.

Recette (dans l'ordre) :

- 2 CS de bicarbonate de soude (plus facile à transvaser avec un entonnoir).
- 2 l d'eau chaude, mélanger.
- Préparer dans un verre 1 CS de vinaigre blanc (plus facile à transvaser avec un entonnoir) et 1 à 3 CS d'un mélange d'HE (composé par exemple d'1 CS de citron, d'1CS de pin et d'1 CS de tea tree et de cannelle).
- Verser dans le bidon (plus facile à transvaser avec un entonnoir).
- Bien secouer.

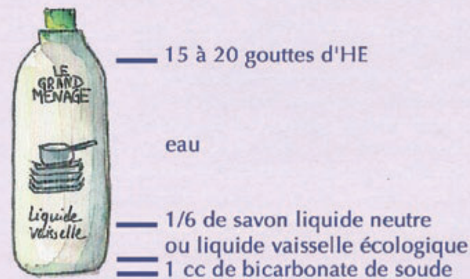
Utilisation : bien secouer à chaque utilisation. Il s'utilise pur sur les surfaces à désinfecter (plan de travail, poubelles par exemple). Il est ajouté à de nombreuses recettes de nettoyage (voir plus loin).

Le liquide vaisselle

Matériel : flacon de 500 ml, entonnoir, cuillère à café (cc), cuillère à soupe (CS).

Ingrédients : bicarbonate de soude, savon liquide neutre (ou liquide vaisselle écologique ou saponines), HE (citron, pin, menthe…), eau.

Recette :
- 1 cc de bicarbonate de soude.
- 1/6 de savon liquide neutre ou de liquide vaisselle écologique. A défaut, 1 CS de cristaux de soude.
- Remplir d'eau.
- 15 à 20 gouttes d'HE.
- Agiter doucement.



La crème à récurer ou la pierre récurante

La crème à récurer

Matériel : flacon opaque de 500 ml, entonnoir, cuillère à soupe (CS).

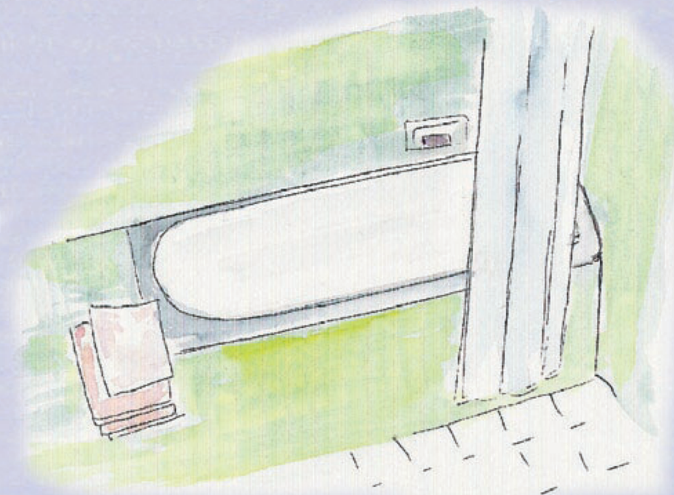
Ingrédients : bicarbonate de soude, sel fin, savon liquide neutre (ou liquide vaisselle écologique), HE (citron, pin, menthe…), eau.

Brosses et peignes

La plupart des brosses (à cheveux et à ongles) peuvent se laver en machine. Les placer dans une chaussette et faire un noeud avant de les mettre dans la machine.

Sinon faire tremper les brosses et les peignes dans une cuvette d'eau additionnée d'1 verre de vinaigre (ou de 2 cuillères à soupe de bicarbonate).

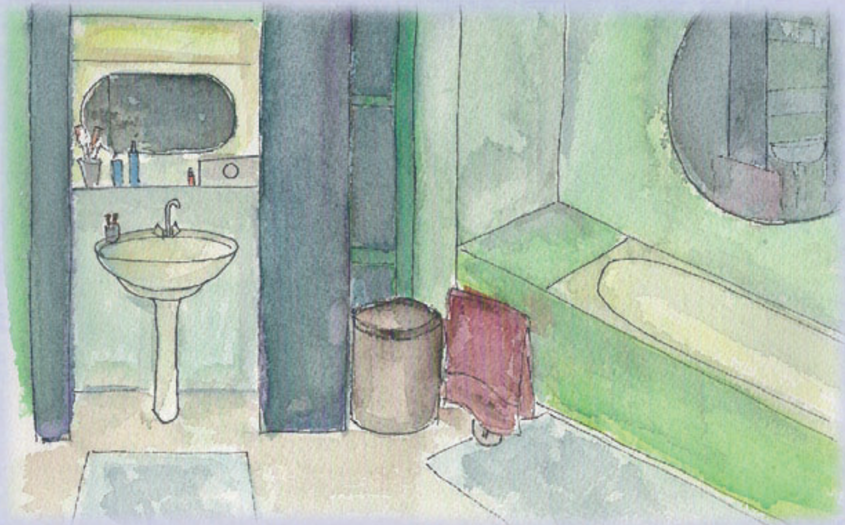
Calcaire incrusté



S'il y a des traces de calcaire jaunes qui ne partent pas :

- Imbiber de vinaigre du papier toilette ou de l'essuie-tout (papier torchon).
- Poser le sur la tache (normalement il devrait coller). Si ça ne colle pas sur une paroi verticale, essayer de fixer avec du papier collant (adhésif).

Salle de bain



Baignoire, douche, lavabo

Mettre 1 poignée de cristaux de soude et 1 bouchon du désinfectant ménager multi-usage dans un petit seau d'eau très chaude. Nettoyer à l'éponge, robinetteries comprises, bien rincer. Sécher la robinetterie avec une lingette microfibre (ou un vieux collant roulé en boule).



Une fois sur deux, remplacer les cristaux de soude par 1/2 verre de vinaigre bouillant.

Plusieurs fois par an, frotter l'**émail du lavabo** avec un demi-citron (ou avec une pâte de percarbonate de soude et d'eau).

Penser à détartrer régulièrement le **bec du mélangeur et le pommeau de douche** en les faisant tremper dans de l'eau vinaigrée (minimum 50/50) et chaude.

Astuce : après chaque douche, sécher la robinetterie avec une lavette microfibre (ou un vieux collant roulé en boule).



15 à 20 gouttes d'HE
eau
1 CS de savon neutre liquide
1/4 à 1/5 de sel fin de cuisine
1/2 bicarbonate de soude

Recette :

- Remplir le flacon à moitié de bicarbonate de soude avec un entonnoir.
- Ajouter 1/5 à 1/4 de sel fin de cuisine.
- 1 CS de savon neutre liquide.
- 15 à 20 gouttes d'HE.
- Remplir d'eau et agiter.

Utilisation : très important d'agiter avant chaque utilisation. Attention aux surfaces fragiles (à cause du sel) en particulier les vitrocéramiques, utiliser alors plutôt la recette « rapide » ci-dessous.

La crème à récurer rapide

Saupoudrer la surface à récurer de bicarbonate et frotter avec une éponge humide sur laquelle on aura versé un peu de liquide vaisselle.

La pierre récurante



Plus efficace, convient pour toutes les surfaces.

Matériel : pot opaque (type Perblan), cuillère à soupe (CS).

Ingrédients : bicarbonate de soude, blanc d'Espagne (ou argile blanche). Facultatif : poudre de pierre ponce, savon liquide neutre (ou liquide vaisselle écologique), HE (citron, pin, menthe…), eau.

Recette :

- 1 mesure et demi de blanc d'Espagne.
- HE (dosage en fonction du volume total, pour un pot de 30 g : environ 10 gouttes).
- 1 mesure de bicarbonate.
- 1/2 mesure de poudre de pierre ponce.
- 1 mesure de savon neutre.
- Bien mélanger à la cuillère ou à la main.
- Rajouter un peu d'eau, mélanger doucement, remplir le pot à ras bord.
- Laisser sécher au soleil au moins 24 h, refermer le couvercle.

Utilisation : frotter une éponge sur le produit.

Le nettoyant WC

Matériel : vaporisateur de 500 ml, cuillère à café (cc).

Ingrédients : vinaigre blanc, HE, eau.



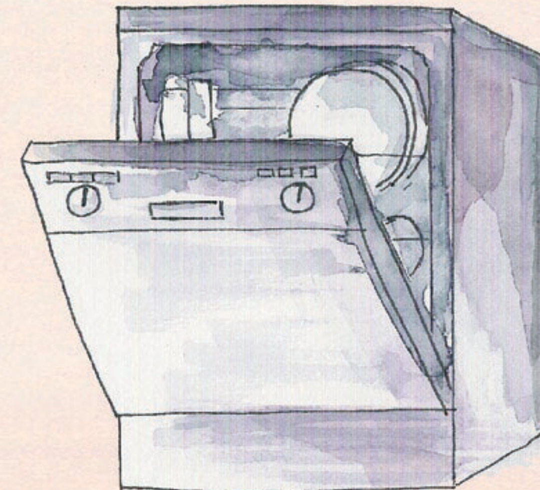
2 cc HE (tea tree ou autre)

2/3 eau

1/3 vinaigre

Lave-vaisselle

- Remplacer la poudre lave-vaisselle par 4 demi-coques de noix de lavage dans un petit sac en coton placé dans le casier à vaisselle. Retirer les coques avant le cycle de rinçage. OU pour diluer la poudre lave-vaisselle classique : 1 cc de poudre classique + 1 CS de cristaux de soude (c'est soit ça, soit les noix !).
- Remplacer l'agent de rinçage pour lave-vaisselle par du vinaigre.
- Ajouter aussi un « cube magnétique » anti-calcaire qui permet une économie d'environ 20 % de détergent pour lave-vaisselle.
- Pas de sel de rinçage (plus de liquide de rinçage si utilisation de détergent naturel).



Friteuse

Après avoir vidé l'huile dans une bouteille, saupoudrer de farine puis essuyer à l'éponge.

Planches à découper

Saupoudrer de bicarbonate, frotter, rincer.

Plastique taché de sauce tomate

Frotter avec de l'huile végétale.

Thermos

Verser de l'eau chaude et 2 CS de bicarbonate (ou des coquilles d'oeufs et du vinaigre) et laisser tremper pendant 1 h en secouant de temps en temps.

Vaisselle tachée (thé, café etc.)

Laisser tremper avec de l'eau et 1 cuillère à café de cristaux de soude.

Recette :
- 1/3 de vinaigre.
- 2/3 d'eau.
- 2 cc d'HE tea tree ou autre, par exemple pamplemousse 30 % - citron 20 % - lavandin 20 % - pin douglas 20 % - eucalyptus radiata 10 % (désodorisant et assainissant).

Utilisation : vaporiser sur les parois, laisser agir 15 à 20 minutes, brosser.

Le produit d'entretien des meubles en bois

Matériel : petit vaporisateur (50 ml), cuillère à soupe (CS).

Ingrédients : jus de citron (idéalement bio, en bouteille) ou vinaigre blanc, huile d'olive, HE citron.

Recette :
- 5 CS de jus de citron ou de vinaigre.
- 5 CS d'huile d'olive.
- 15 gouttes d'HE citron.

Utilisation : vaporiser sur la surface à traiter, frotter avec un chiffon doux.

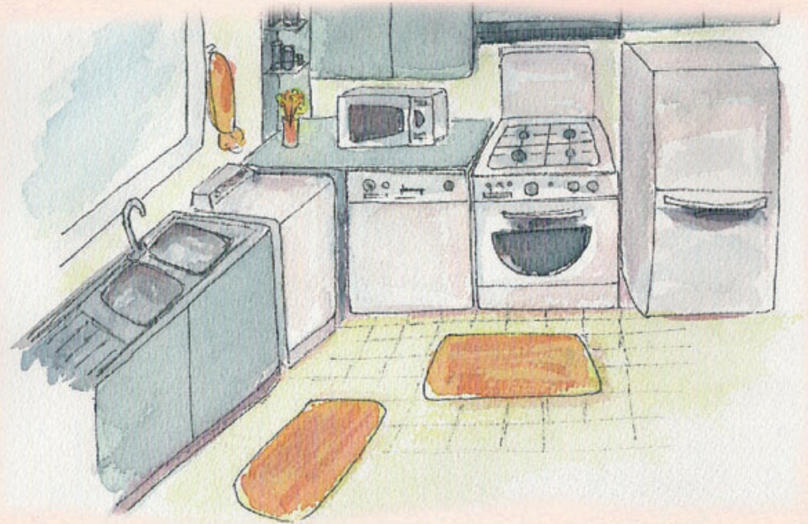
Le produit d'entretien hebdomadaire de la plomberie

Matériel : bocal (500 ml), verre (250 ml), cuillère à soupe (CS)..

Ingrédients : bicarbonate de soude, sel fin.

Recette : verser 1 verre de bicarbonate et 1 verre de sel fin dans le bocal. Agiter.

Utilisation : mettre 3 CS du mélange dans la tuyauterie, faire suivre d'eau bouillante vinaigrée.



Cuisinière, hotte et four

Nettoyer **la cuisinière** avec la crème à récurer, la pierre récurante, du savon noir ou une pâte de bicarbonate (bicarbonate + eau jusqu'à consistance de pâte). Rincer. Passer la lavette microfibre.

Faire tremper **les brûleurs** de cuisinière dans du vinaigre blanc (plusieurs heures si nécessaire).

Nettoyer **la hotte** avec du savon noir ou une solution d'eau et de cristaux de soude.

Nettoyer **le four** et le four à micro-ondes avec du savon noir ou une pâte de bicarbonate.

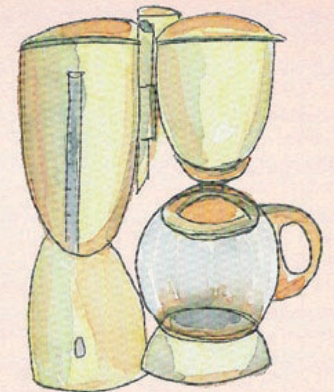
Pour **le micro-ondes**, vous pouvez aussi placer un bol de vinaigre ou de jus de citron, le faire chauffer quelques instants et passer une éponge sur les parois. Passer la lavette microfibre.

Si des saletés sont incrustées dans **le fond du four**, saupoudrer sur le bas du four du bicarbonate de soude et vaporiser de l'eau dessus pour qu'il soit bien mouillé. Le lendemain, gratter à l'aide

Vaisselle

Remplir les 2 bacs d'eau chaude (une cuvette peut aussi faire l'affaire). Verser le liquide vaisselle sous le robinet quand le bac se remplit. Verser un filet de vinaigre dans le bac de rinçage. Faire la vaisselle comme d'habitude.

Utiliser si besoin la crème ou la pierre récurante.



Bouilloires, cafetières etc.

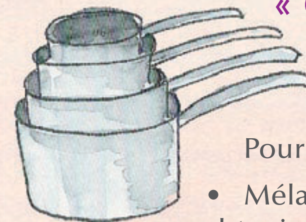
Pour détartrer, faire bouillir (ou passer) de l'eau additionnée de vinaigre blanc (50/50).

Récupérer ensuite l'eau vinaigrée pour détartrer les douchettes et la robinetterie.

Fonds de casseroles brûlés

Juste après la cuisson : un peu de vinaigre et de sel. Laisser tremper.

Sinon, faire bouillir 10 minutes de l'eau avec 2 CS de bicarbonate ou du vinaigre.



« Culs de casseroles »

Essayer de faire tremper dans de l'eau vinaigrée pendant une nuit.

Pour polir le métal en général :

- Mélange de bicarbonate + cendre + eau jusqu'à obtenir une consistance de pâte et frotter.
- Mélange de vinaigre + sel + farine.

Réfrigérateurs/congélateurs

Pour un réfrigérateur entretenu normalement, le nettoyage se fait simplement 2 fois par mois dans tous les recoins, parois comprises, au vinaigre chaud ou au jus de citron (on peut y ajouter une cuillère à café de désinfectant multi-usage).

Mettre une coupelle de bicarbonate (ou d'argile) contre les odeurs.

Le décrassage intensif

- Démonter toutes les parties amovibles du réfrigérateur/congélateur (les laver de la même manière que le reste, insister dans tous les recoins).
- Mettre 1 bonne cuillère à soupe de cristaux de soude et 1 bouchon de désinfectant multi-usage dans un petit seau d'eau chaude.
- Nettoyer tout (et penser aux joints et aux rainures des joints) avec l'éponge et le produit jusqu'à ce qu'il n'y ait plus aucune trace (avec les cristaux de soude il n'y a pas besoin de beaucoup d'huile de coude).
- Repasser un coup d'éponge imbibée de désinfectant multi-usage. Ne pas rincer.
- Le lendemain, repasser un coup d'éponge avec un peu de vinaigre.
- Sécher avec la lavette microfibre. Laisser les portes ouvertes pour sécher entièrement.



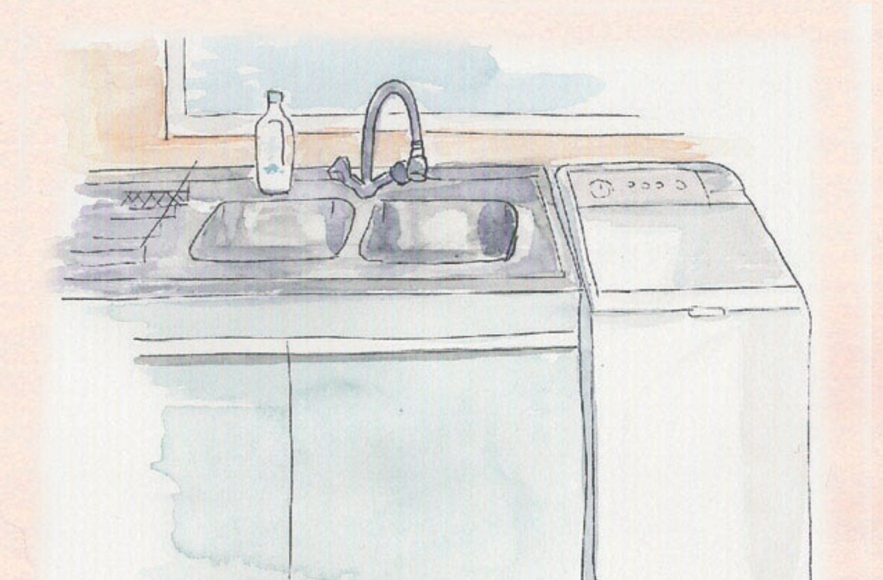
d'une spatule. Passer l'éponge et bien rincer le four. Passer la lavette microfibre.

Si le four est très gras et qu'il y a beaucoup de saletés incrustées, utiliser la même méthode mais avec du bicarbonate ET des cristaux de soude (2/3 bicarbonate et 1/3 cristaux de soude), c'est radical.

Évier et robinetterie

Passer une éponge humide avec du liquide vaisselle sur laquelle on saupoudre du bicarbonate de soude, ou utiliser la crème ou la pierre récurante. Rincer. Essuyer à la lavette microfibre.

Détartrer régulièrement **le bec du mélangeur** en le faisant



tremper dans de l'eau vinaigrée (minimum 50/50) et chaude. Idem pour le « tour » de la robinetterie (là où l'eau stagne souvent). Gratter éventuellement avec une spatule en bois.

Pour les **éviers blancs**, les blanchir en les frottant avec du jus de citron ou avec du percarbonate de soude.

Désodoriser

Faire bouillir de l'eau vinaigrée. Laisser la casserole découverte au moins 1 h au centre de la pièce.

Placards

Nettoyer avec du nettoyant ménage multi-usage (pur), rincer, passer la lavette microfibre.

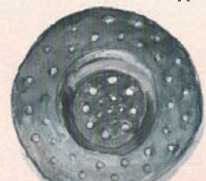
Pour éviter les mauvaises odeurs : mettre dans le placard du bicarbonate dans une coupelle ou un coton imbibé d'HE citron.

Plan de travail

Passer une éponge avec du nettoyant ménage multi-usage (pur). Rincer. Sécher avec une lavette microfibre.

S'il y a des traces tenaces, passer une éponge avec de la crème ou la pierre récurante. Rincer. Sécher avec une lavette microfibre.

Plomberie



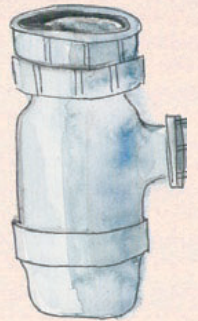
Il est absolument indispensable d'avoir une crépine ou bonde (en plastique blanc ou en métal souvent) au fond de la baignoire/douche, du lavabo et de l'évier pour récolter le plus de salletés, résidus alimentaires, cheveux, savon (à vider tous les 2 jours grand minimum).

L'entretien hebdomadaire

Contre les bouchons et les odeurs, mettre 3 CS du mélange sel/bicarbonate dans la tuyauterie, faire suivre d'eau bouillante si possible vinaigrée.

Le débouchage

Essayer d'abord la ventouse (ne pas oublier de boucher le trop-plein). Si c'est toujours bouché et si vous avez un siphon pratique (voir l'illustration) :



Dévisser la partie inférieure, vider, rincer, revisser.

Si le bouchon n'était pas à ce niveau, verser 1 verre de bicarbonate (ou 1 poignée de cristaux de soude, un peu plus efficaces dans ce cas), 1 verre de sel, 1 verre de vinaigre, ventouser pour remuer le mélange, attendre 30 minutes, verser de l'eau bouillante, ventouser.

Si c'est toujours bouché il faut faire passer un furet en démontant le siphon. Si cela ne marche toujours pas, faire appel à un plombier. **Ne jamais utiliser de déboucheurs chimiques** aux acides sulfurique ou chlorhydrique, surtout si vous utilisez de l'eau de Javel !!!

Poubelles

Nettoyer avec du vinaigre bouillant, rincer, passer une éponge avec du désinfectant multi-usage (pur) sans rincer.

Mettre 2 grosses CS de bicarbonate au fond pour éviter les odeurs.